

العنوان باللغة العربية مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة
القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة

- دراسة ميدانية بولاية باتنة -

**Skills Self-Esteem level end effect on the emergence of sports
competition state anxiety among yong players 12-15 years in
vollyball-field study in batna**

صولة طارق

جامعة باتنة2 (الجزائر)، saoula.tarek07@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2020/03/16 تاريخ القبول: 2020/10/17 تاريخ النشر: 2020/12/31

10.2478/2502-4742-2020-00000

Abstract:

Among the most important problems of the yong volleyball player in preparing and facing sports competition ,Be in the psychological aspects including the emergence of sports competition state Anxiety Especially when the skill level of self-esteem is low this could affect the the performance of the emerging player in the sports competition of volleyball, in this context ,we discussed research in the importance of the effect skilled self-esteem on the emergence of a level of sports competition Anxiety among young players in volleyball, the results revealed a statistically significant difference and the level in the competition state Anxiety scale, according to the influence of the level self-esteem among yong players 12-15 years .

Key words:

Skills Self-Esteem- competition state anxiety- among yong players.

المخلص:

من بين أهم المشكلات التي يعاني منها اللاعب الناشئ كرة الطائرة في المنافسة من الجوانب النفسية ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية، وخاصة ذلك عند تدني مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعب، ولعل هذا يؤثر سلبا على مستوى أداء اللاعب الناشئ في المنافسة الرياضية، ولهذا جاءت أهمية هذا البحث في دراسة تأثير تقدير الذات المهارية على مستوى ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى الناشئين كرة الطائرة، حيث توصلنا في نتائج هذا البحث بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد قلق الحالة المنافسة الرياضية على غرار تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى الناشئين كرة الطائرة 12-15 سنة.

كلمات مفتاحية:

تقدير الذات المهارية - حالة قلق المنافسة الرياضية- اللاعبين الناشئين في كرة الطائرة.

1. مقدمة:

في المجال الرياضي يواجه اللاعب العديد من المواقف التي ترتبط ارتباطا مباشرا ووثيقا بالحالة النفسية حسب شخصية اللاعب أو طبيعته الفيزيولوجية، فبالإضافة للعديد من المحفزات و الإغراءات الأخرى التي تخلق شحنة زائدة تجعله يستعمل جميع قدراته ويصرف كل قواه رغبة في الفوز والظفر بالمنافسة ، بحيث يمكن أن يقع اللاعب الناشئ في مواقف وأحداث ومثيرات قد تكون لها آثار واضحة ومباشرة على سلوكه وعلى مستوى قدراته ومهاراته وكذلك علاقته مع الآخرين، فكما نجد التقدير الذاتى لدى الفرد الرياضي مركزا هاما في نظريات الشخصية، كما أنه يعتبر من العوامل التي تؤثر تأثيرا كبيرا على السلوك الرياضي ، فالسلوك يعتبر حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية، وهو إحساس الفرد بذاته، وقد ذكرت "مارجريت ميد" أن إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه.

وترى ميد " أنه يمكن أن تنشأ عدة ذوات تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات مستقلة بدرجة أو بأخرى، ومكتسبة من مختلف الجهات الاجتماعية، فقد تنمو لدى الشخص مثلا (ذات عالية) تمثل الاتجاهات التي تعبر عن العائلة وذات أكاديمية وتمثل الاتجاهات المعبرة عن المستوى العلم، وذوات أخرى كثيرة بحسب أوجه النشاط الذي يقوم به الشخص" (سعد، 1993)

ولهذا يعد تقدير الذات المهاري المنخفض لدى اللاعب الناشئ يحدث لديه نوعا من الاضطراب وصعوبة التنسيق بين حركاته وخاصة عندما يشعر اللاعب الرياضي بالضعف أو عدم الأمان أو عدم القدرة على ما يواجهه من أعمال ومسؤوليات، حيث يشعر أنها تفوق قدراته واستطاعته أو في حالة انزعاجه من بعض المعارف السلبية التي ترتبط بتوقع مستواه في الأداء المطلوب منه، ولذلك ففي المنافسة الرياضية ، يجد اللاعب الناشئ نفسه يتعرض لبعض الانفعالات كالخوف و القلق أو التوتر قبل المنافسة الرياضية ، فكما تبين في العديد من الدراسات النفسية الرياضية أن ظهور حالة القلق لدى اللاعبين يمكن أن تكون بدرجات متغيرة ، سواء كان ذلك أثناء عمليات التدريب أو في مواقف المنافسات الرياضية، وذلك وفقا لطبيعة المنافسة ومستواها وقدرات الخصم ومدى خبرته في الميدان .

يشير الكثير من العلماء انه توجد مستويات لتقدير الذات المرتفع- الايجابي والتقدير الذات المنخفض- السلبي ، وتقدير الذات المتوسط ويشير "روزومبرغ" في تعريف لتقدير الذات أن

الفرد يبدي نوع من الاستحسان حول ذاته ، وهذا يعني أن تقديره لذاته ايجابي، كما يبدي نوع من الرفض حول ذاته مما يدل على أن تقديره لذاته هو تقدير سلبي وأشار أيضا أن الفرد ذو تقدير مرتفع للذات يدل على أنه ذو كفاءة أو ذو قيمة ويحترم ذاته، ويرى كذلك أن التقدير المنخفض للذات غالبا ما يكون مرتبطا بوضعية خاصة منها الإحساس بالفشل والاكنتاب وأعراض منها القلق وقلة الثقة بالنفس.

ومن أهم المشكلات الرياضية التنافسية من الناحية النفسية في مستوى ظهور القلق المنافسة الرياضية وذلك نظرا لما يترتب على هذه المشكلة من ناحية أداء اللاعب ولعل هذا يؤثر سلبا على مستوى اللاعب بشكل خاص.

وخاصة تقييم ونضرة اللاعب الناشئ كرة الطائرة لتقدير ذاته من الجانب المهارى في ميدان التنافسي لكرة الطائرة وهذا من أجل الظفر بالفوز والسيطرة في المنافسة الرياضية ولعل هذا من الأسباب التي تتحكم في مستوى القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين أواسط لكرة الطائرة وخاصة عند هذا الصنف العمري الذي يعد مرحلة حاسمة في صقل المهارات والمواهب ذات المستوى العالي في اختصاص كرة الطائرة .

ومن هنا جاءت أهمية البحث في التعرف على مستوى تقدير الذات المهارية وتأثيرها على ظهور مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي الناشئين في كرة الطائرة معتمدين على المنهج الوصفي، في هذا السياق أردنا الالتماس ب المشكل الواقع في الميدان قبل المنافسات الرسمية وعلى هذا نقوم بطرح الإشكالية في هذا البحث حول تأثير مستوى تقدير الذات المهارية على ظهور حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي الناشئين في كرة الطائرة.

1 الإشكالية:

من المشكلات الواقعة في مجال الرياضي التنافسي التحضير النفسي لكسب المهارات اللازمة من اجل تطوير المستوى وتحقيق الإنجاز الرياضي بمستوى العالي وكون الإعداد النفسية يسير جنبا لجنب مع الإعداد البدني والمهاري لتطوير النواحي المختلفة لدى الرياضيين وخاصة فئة الناشئين وفي هذا السياق نقوم بطرح التساؤل الرئيسي كالتالي:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المقياس حالة القلق المنافسة الرياضية تبعا لأبعاده حسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية؟.

1-1 التساؤلات الجزئية:

- ❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المقياس لبعد القلق المعرفي حسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية؟.
- ❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المقياس لبعد القلق الجسمي حسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية؟.
- ❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المقياس لبعد الثقة بالنفس حسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية؟.

2 الفرضية العامة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات المقياس حالة قلق المنافسة الرياضية تبعا لأبعاده حسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.

1-2 الفرضيات الجزئية:

- ❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات لبعد القلق المعرفي وحسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.
- ❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات لبعد القلق المعرفي وحسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة – دراسة ميدانية بولاية باتنة -

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات لبعده القلق المعرفي حسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.

3 أهداف البحث:

- التطلع على مستوى تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة لدى اللاعبين الناشئين.
- التطلع على مستوى حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة.
- معرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجات مقياس تقدير الذات المهارية وتأثيره على درجات مقياس حالة القلق المنافسة الرياضية تبعاً لبعده القلق المعرفي لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.
- معرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجات مقياس تقدير الذات المهارية وتأثيره على درجات مقياس حالة القلق المنافسة الرياضية تبعاً لبعده القلق الجسمي لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.
- معرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجات مقياس تقدير الذات المهارية وتأثيره على درجات مقياس حالة القلق المنافسة الرياضية تبعاً لبعده الثقة بالنفس لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.

4 أهمية البحث:

تكمن أهمية الدراسة في محاولة تقديم بحث كإضافة والتعمق وتوسيع البحوث من الجانب العلمي مجال البحوث النفسية و الرياضية التربوية، وهذا من خلال معرفة التأثير الواقع بين متغير تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة وظهور حالة وقلق المنافسة الرياضية لدى شريحة هامة من اللاعبين الرياضيين الناشئين في كرة الطائرة باعتبارها مرحلة حاسمة وخصبة في صقل المهارات اللازمة في متطلبات اللعبة الحديثة حتى تكشف الغطاء ونلقي الضوء على أهم الجوانب النفسية لنتمكن من التحقيق الصحة النفسية والارتقاء بمستوى المهاري اللازم والبحث في مواجهة الضغوط النفسية في المواقف الضاغطة ، والعمل بالتحضير النفسي والإعداد الجيد المبني على الأسس

العلمية والتي يعوض النقص من إحدى الجوانب والأبعاد المتمثلة في مستوى درجات مقياس تقدير الذات المهاري وحالة القلق المنافسة الرياضية.

5 التعريف بمصطلحات البحث:

1-5 **التعريف الاصطلاحي لتقدير الذات:** مصطلح يستخدم أحيانا بمعنى الشخصية أو الأنا ويعني غالبا إحساس الفرد أو وعيه بهويته ووجودها (طلعت منصور، 1989، صفحة 484).

2-5 **التعريف الإجرائي:** تقييم اللاعب الناشئ لنفسه من حيث اكتساب المهارات اللازمة لكرة الطائرة وتمثل في الدرجات التي يعبر عنها في مقياس تقدير الذات المهارية.

3-5 **التعريف الاصطلاحي لقلق المنافسة الرياضية:**

- يعرف حالة القلق المنافسة الرياضية بأنه شعور شخصي بتهديد مدرك يكون مصحوبا باستثارة نفسية عالية ويعتبر عملية نفسية رغم إمكانية التعبير عنه فسيولوجيا وبدنيا وهو شعور غير سار تتبع انفعالات منه من العقل، ويؤكد سبيلجر لحالة القلق إلا أن المثير الذي يؤدي للقلق هو حالة المنافسة الرياضية. (محمد، 2005، صفحة 61)

- يعرفها كامل أسامة راتب (1990) عن مارتنز بأنها " انفعال ذاتي مباشر مرتفع الشدة يحدث عند إدراك التهديد أو الخطر في المواقف المنافسة الرياضية لبتي تهدد مكانه اللاعب الرياضي وقد يصاحب هذا الانفعال آثار ايجابية أو سلبية على مستوى أدائه" (ابراهيم، 2008، صفحة 34)

4-5 **التعريف الإجرائي:**

وهو الشعور اللاعب قبل المنافسة الرياضية بالتوتر والخوف ويصاحبه بعض الاستجابات الفسيولوجية كالارتعاش وهي الدرجات التي يعبر عنها اللاعب في المقياس حالة القلق المنافسة الرياضية.

5-5 **التعريف الاصطلاحي للاعبين الناشئين الرياضيين:**

هي تلك المرحلة العمرية التي تمتد من 6 سنوات إلى 16-18 سنة وهي تنحصر من مرحلة الطفولة المتأخرة إلى مرحلة المراهقة المتأخرة باعتبارها مرحلة عمرية حرجة من

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة - دراسة ميدانية بولاية باتنة -

منظور تأثير المنافسة أو التدريب الرياضي المكثف على خصائص النمو في تلك المرحلة (محمد ب.، 2014، صفحة 12)

6-5 التعريف الإجرائي:

هم فئة أطفال في مرحلة المراهقة المبكرة منخرطين في نوادي رياضية في كرة الطائرة يشاركون في المنافسات الرياضية الرسمية ولهم قدرات ومستوى في كرة الطائرة بدائي غير محترف.

6 الخلفية و القراءة النظرية:

1-6 مفاهيم عامة حول مفهوم الذات:

يعد تقدير الذات حجر الزاوية في الشخصية إذ أن وظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتساق الشخصية ليكون الفرد متكيفا مع البيئة التي يعيش فيها ، و جعله بهوية تميزه عن الآخرين ، فهو يسعى إلى وحدة تماسك الشخصية و الذي يميز الفرد عن غيره ، وتتجلى أهمية في كونه يحدد السلوك الإنساني ، إذ أنه يؤثر في الآخرين ليسلكوا سلوكا يتماشى مع خصائصه ، فهو يحدد من جهة أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين كما يؤثر ، في ذات الوقت ن في تحديد أسلوب تعامل الآخرين معه ، فهو يلعب دورا كبيرا في الصحة النفسية و التوافق. (الظاهر ، 2004، صفحة 7)

وفي القرن التاسع عشر اتسعت دائرة النقاش حول مفهوم الذات بعد ان أصبح علم النفس علما معترفا به يدرس السلوك و يعتبر **وليم جيمس** نقطة الانتقال بين الطريقة القديمة و الحديثة في دراسة الذات و قد حدد أسلوب لدراسة الذات ،الذات العارفة واعتبرها لا قيمة لها رفي فهم السلوك اذ هي تتضمن مجموعة من العمليات كالتفكير و الإدراك و التذكر ، أما الذات كموضوع هي الذات التجريبية العملية وتتضمن :

- الذات المادية : وهي تتضمن جسم الفرد وأسرته و ممتلكاته .
- الذات الاجتماعية : وتتضمن وجهة نظر الآخرين نحوى الفرد.
- الذات الروحية : وتتضمن انفعالات الفرد ورغباته (غنيم م.، 1975، صفحة 677)

وقد" أضاف **جيمس** بعدا آخرًا يتسم بالشمولية و لا يقتصر على الجانب الجسمي بالمعني العضوي بل يتعداه ليشمل كل ما يشترك به الفرد مع الآخرين كالعائلة ومحلتنا ومجتمعنا ويطلق عليه بالذات المتمددة ، وقد ذكرى أيضا أن الإنسان من الذوات بقدر عدد الذين يعرفونه من الناس فله ذات معينة لزوجته وذات أخرى لأولاده ، وذات ثالثة لزميله في العمل ، وذات رابعة لربه " (الظاهر ، 2004، صفحة 17)

■ تتمثل الذات بمفهومها العام في كيان الفرد ككل بمختلف مكوناته العضوية والذهنية وهذا الكيان المركب يتضمن مختلف القدرات والخصائص المميزة لشخصية الفرد ومدركاته و تصوراته وانطباعاته و معارفه ، وطرق استجابات وأنماطه التوافقية وميوله واهتماماته وانشغالاته، و كل هذه العناصر المكونة لكيان الفرد الذاتي، وما يماثلها و يرتبط بها من ظواهر نفسية ، تنمو و تتبلور من خلال تفاعل خبرات الفرد وتجربته في الحياة تشكل في مجموعها إلى هويته الشخصية التي يتميز بها الفرد عن الآخرين ككيان مستقل.

فالذات كما يعرفها **كوبر سميث cooper smith** تتمثل عموما في مجموع السمات و الخصائص التي يتميز بها الفرد، بالإضافة إلى مختلف الموضوعات و الأشياء الذي يمتلكها و النشاطات التي يمارسها وكذا المواضيع المجردة و المادية التي يرتبط بها في حياته. (يحياوي، 2003، صفحة 558)

2-6 مفاهيم عامة حول القلق المنافسة الرياضية:

■ "هو انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله، ويحدث القلق عادة عندما يشعر اللاعب الرياضي بالضعف أو عدم الأمان أو عدم القدرة عندما يواجه بأعمال ومسؤوليات يشعر أنها تفوق قدراته واستطاعته أو في أي حالة انزعاجه من بعض المعارف السلبية التي ترتبط بتوقع مستواه في الأداء المطلوب منه انجازه للقلق أعراض متعددة لعل من بين أهمها: التوتر وعدم الاستقرار وعدم الارتياح والتهيج و النرفزة وضعف القدرة على التركيز و الانتباه و شرود الزمن وسرعة النبض وخفقان القلب وكثرة العرق وفقد الشهية للطعام والأرق وارتفاع ضغط الدم و التحدث عن أفكار منزعة أو الانشغال لها ، وهذه الأعراض السابق ذكرها لا تظهر جميعا لدى اللاعب

الرياضي عندما ينتابه القلق بل تظهر عليه بعض من هذه الأعراض وكلما زادت حدة القلق كلما ارتبط ذلك بالمزيد من الأعراض والمزيد من شدة هذه الأعراض (علاوي، 1997، صفحة 379)

- **القلق الجسمي:** يرتبط هذا النوع بادراك مظاهر الأعراض الجسمية لنشاط الجهاز العصبي اللاإرادي مثل زيادة معدل التنفس وضربات القلب وتصبب العرق والألم المعدة.
- **القلق المعرفي:** يرتبط هذا النوع بالتوقع السلبي لمستوى الأداء في المنافسة الرياضية وتصور الفشل وافتقار التركيز وتشيت الانتباه وغير ذلك من الأفكار السلبية في موقف المنافسة الرياضية.
- **الثقة بالنفس:** وهي البعد الايجابي في مواجهة القلق. (محمد، 2005، صفحة 62)

3-6 مفاهيم عامة حول المنافسة الرياضية:

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة الضرورية لكل نشاط رياضي، سواء مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية، أو المنافسة في مواجهة منافس وجها لوجه، أو المنافسة في مواجهة منافسين آخرين، وغير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية، وهي الموقف أو حدث رياضي محدد بقوانين، ولوائح وأنظمة معترف بها، وفيها يحاول اللاعب الرياضي أو الفريق الرياضي إظهار أو إبراز أقصى ما لديه من قدرات ومهارات واستعدادات. كنتيجة لعمليات التدريب المنظمة لمحاولة تحقيق النجاح، و الفوز على منافسين آخرين أو لمحاولة تحقيق تحسين الأداء الموضوعي المتوقع من اللاعب (أو الفريق الرياضي). وهناك نوعان من المنافسة:

- أ- منافسة مباشرة: هي منافسة تكون بين فردين أو مجموعتين للوصول إلى لهدف معين
- ب- منافسة غير مباشرة: هي تحدي الفرد أو الرياضي أرقامه ونتائجه عليها، ومحاولة تحسينها (فوزي، 2003، صفحة 211).

7 الإجراءات المنهجية المستخدمة للبحث:

1-7 الدراسة الاستطلاعية للبحث:

قبل البدء في الدراسة الميدانية لابد من التطلع على الظروف والإجراءات التي سيتم فيها إجراء هذا البحث الميداني باستناد على الدراسة الاستطلاعية التي تمهد لنا الطريق قبل البدء في الدراسة الميدانية لمعرفة طبيعة العينة ومدى تجاوبها لصيغة استخدام أدوات الدراسة فيما يخص مقياس تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة والمقياس حالة القلق المنافسة الرياضية أو بما يسمى مقياس الاتجاه نحو المنافسة الرياضية .

وبعد ضبطا لخطوات المبدئية والخاصة بتحديد نوع الأدوات المراد استخدامها في هذا البحث الحالي وهذا بعد الاستشارات مع بعض المختصين والتربويين، قمنا بدراسة استطلاعية على فريق مروانة "صنف واسط" لكرة الطائرة حيث كان الهدف من وراء ذلك الحصول على معلومات كافية من عدد الفرق الناشطة بالولاية باتتة ومقرها وطبيعة البرامج التدريبية التي ينتهجونها وتم الاتصال بالمسؤولين لإعطاء شروحا وافيا يساعدنا حول التعرف واختيار العينة. وكذا ملائمة الأدوات التي سنعتمد عليها في جمع البيانات حول المتغيرين ومدى تجاوب العينة الاستطلاعية حول عبارات المقاييس المذكورة آنفا ومعرفة الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات -المقاييس المستخدمة.

وفي هذا السياق أوضحت نتائج الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- مناسبة اختيار أدوات البحث المتمثلة في المقياس تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة لمحمد حسن علاوي
- مناسبة وصلاحية اختيار أدوات البحث المتمثلة في المقياس حالة القلق المنافسة الرياضية الذي أعده مارتنز وقام بتعريبه محمد حسن علاوي.
- فهم واستجابة اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة ووضوح العبارات لهم
- عدم استعراق الوقت الكبير في ملئ عبارات المقياس.
- قياس وضبط المتغيرات الدراسة وحساب الثبات المقاييسين.
- تحديد فئة العمرية للاعبين الناشئين كرة الطائرة من 12-15 سنة كونها فئة أكثر ممارسة في فرق كرة الطائرة.

7-2 المجال المكاني والزمني:

❖ **المجال المكاني:** تمت الدراسة على مستوى نادي بلدية مروانة "نادي مولودية باتتة صنف أواسط " 2

❖ **المجال الزمني:** تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من النصف الأخير لشهر سبتمبر إلى غاية شهر أكتوبر حيث تم تحضير الأسئلة الخاصة بالمقياسين المذكورين سلفاً و توزيعهما على الفرق سألقة الذكر، ثم بعد ذلك قمنا بعملية جمع النتائج المتعلقة بالإجابات المعبر عنها من طرف المفحوصين.

3-7 ضبط متغيرات الدراسة:

- **تعريف المتغير المستقل:** هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.
- **تحديد المتغير المستقل:** وهو "تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة".
- **تعريف المتغير التابع:** متغير يؤثر فيه المتغير المستقل هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع، تحديد المتغير التابع: وهو " حالة قلق المنافسة الرياضية".

4-7 المنهج المستخدم:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج المنهج الوصفي هو الذي يعرف بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها، وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية. (عليان مصطفى غ،، 2000، صفحة 148)

، وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي كونه مناسباً لتحقيق أهداف وأهمية البحث، ومن ثم فالمنهج الوصفي هو: " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أعراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين و هو الطريقة التي يتعين على الباحث أن يلزمها في بحثه حيث يتقيد بإتباع مجموعة من القواعد العامة التي تهيمن على سير البحث ويسترشد بها الباحث في سبيل الوصول إلى الحلول الملائمة لمشكلة البحث. المطروحة.

5-7 عينة البحث وكيفية اختيارها:

العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث.

وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني، والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين، وكان مجتمع البحث في دراستنا هو فرق كرة الطائرة لشباب الرياضي مروانة وفريق مولودية باتنة "صنف أوسط" ولقد كان إختيار العينة بطريقة عشوائية وشملت على 24 لاعبا.

6-7 أدوات الدراسة:

قصد الوصول إلى حلول إشكالية البحث المطروحة وللتحقق من صحة فرضيات هذا البحث لزم إتباع أنجح الطرق وذلك من الدراسة والتفحص، حيث تم استخدام الأدوات التالية:

- مقياس تقدير الذات المهارية أعده محمد حسن علاوي وعصام الهاللي وتيمور أحمد راغب للوقوف على تقدير لاعب الكرة الطائرة لمدى م يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبه الكرة الطائرة ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي في مجموعها المهارات الحركية الأساسية في لعبة الكرة الطائرة .

المهارات التي يشتمل عليها المقياس كالاتي:

عبارات لكل من مهارات التمرير والإرسال-عبارات لمهارة الضربة الساحقة 5 عبارات لكل من التحركات والاستقبال و الدفاع من الملعب-عبارات لمهارة الدحرجة و الطيران -عبارتان لمهارة حائط الصد.

ويستجيب اللاعب على المقياس في ضوء مقياس خماسي التدرج (أبدا ، نادرا ، أحيانا، غالبا ، دائما)

تم حساب معامل ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق على مجموعة من 40 لاعبا، و 20 لاعبة من لاعبي و لاعبات الدرجة الأولى في الكرة الطائرة بفارق زمني قدره 15 يوما بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني وذلك باستخدام معادلة سبيرمان - براون وأسفرت النتائج عن معامل ثبات قدره 87، بالنسبة للاعبين ، 81 ، بالنسبة للاعبات.

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين
الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة - دراسة ميدانية بولاية باتنة -

كما تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا و أسفر عن معامل ثبات قدره 90 ،
بالنسبة للاعبين 86 ، بالنسبة للاعبات.

- مقياس قائمة تقدير القلق (A R S) Anxiety Rating Scale صممه كل من
كوكس Cox، روسل Russell، روب (1996) Robb ك ثم قام بتعريبه واستخدامه
على العينة العربية محمد حسن علاوي، مقياس سريع لقياس حالة قلق المنافسة و على
أساس إعتبره بمثابة صورة مصغرة جدا لقائمة حالة قلق المنافسة والأبعاد المذكورة في
قائمة حالة قلق المنافسة و هي : القلق المعرفي، والقلق البدني، والثقة بالنفس.
ويقوم اللاعب الرياضي بالاستجابة على كل عبارة من هذه العبارات الثلاثة باستخدام
مقياس ، وعند تطبيق القائمة يراعى استخدام العنوان التالي: " قائمة الاتجاهات نحو
المنافسة" (حسن، 1998، صفحة 241)

6-7 الوسائل الإحصائية:

استخدام برنامج الحزمة الإحصائية الاجتماعية spss باعتماد على بعض المعالجات
الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، النسبة المئوية ، معامل الارتباط
البسيط " بيرسون " ، اختبار كا2 -درجة الحرية).

7 تحليل ومناقشة النتائج:

7-1 اختبار صحة الفرضية الجزئية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات لبعث القلق المعرفي حسب
تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية

صولة طارق

الجدول 1: يمثل قيمة كا2 تربيع لعبارات ونسب التكرارات لعبارات المقياس بعد قلق المعرفي

رقم الفقرة	رقم الفقرة في المقياس	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة كا2 مستوى 0.05	نسب التكرارات %
1	1	560	2.66	0.802	1,571	64,81
2	4	364	1.73	0.944	0,321	42.129
3	7	490	2.33	0.884	1,125	56,712
4	10	518	2.46	0.973	1,303	59,953
5	13	504	2.4	1.037	1,214	58,333
6	16	476	2.26	0.691	1,035	55,092
7	19	567	2.7	1.055	1,616	65,625
8	22	476	2.26	1.014	1,035	55,092
9	25	448	2.13	0.628	0,857	51,851
المجموع	9	4385	-	-	10,077	56,39

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم 1 يتضح لنا أن قيمة كا2 الحسابية لمجموع الدرجات حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد المعرفي كا2 = 10,077، وعند درجة الحرية (1-4) = 3 نجد كا2 الجدولية عند درجة الثقة 95% عند مستوى الدلالة 0,05، كا2 = 0,335 .

عند مقارنة كا2 الحسابية نجدها أكبر من كا2 الجدولية نجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات مقياس حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد القلق المعرفي وهذا يفسره الباحث انه توجد فروق فردية في البعد القلق المعرفي الناتج عن الحوار السلبي تحت تأثير ضغط المنافسة الرياضية لدى الناشئين كرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية وهذا ما يتطلبه الأمر بتدريب المهارات النفسية والتعود باستخدام الحوار الموجب لمواجهة الضغوط المنافسة بأحسن استعداد.

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة - دراسة ميدانية بولاية باتنة -

جدول 2 : يمثل قيمة الارتباط بيرسون بين المقياس تقدير الذات المهارية وقلق المنافسة الرياضية للبعد القلق المعرفي

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
تقدير الذات المهارية	128.7	5.7	0.4
القلق المعرفي	28.33	2.4	

يتضح لنا من خلال الجدول رقم 2 نتائج قيمة الارتباط بيرسون بين التقدير الذات وقلق الحالة المنافسة الرياضية للبعد القلق المعرفي أنه يوجد تأثير بين مستوى تقدير الذات المهارية وظهور حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد القلق المعرفي قبل المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين في كرة الطائرة وهذا ما يفسره الباحث حسب مستوى تقدير الذات المهارية إن هناك تأثير ايجابي بدرجة متوسطة بظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين مما يبين لنا أن معظم اللاعبين يتأثر أدائهم حسب تقييم ذواتهم في مستوى المهاري والذي من خلاله يثير توتر كبير في ظهور البعد القلق المنافسة الرياضية قبل خوض المنافسة.

■ ويوضح الباحث في ضل النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول رقم 1 و2 باستنتاج تحقق الفرضية الجزئية الأولى بوجود فروق في متوسط الدرجات المقياس القلق المنافسة على غرار البعد القلق المعرفي.

2-7 اختبار الفرضية الجزئية الثانية:

■ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات لبعد القلق الجسمي حسب تأثير مستوى تقدير الذات المهارية لدى الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية.

جدول 3 : يمثل قيمة كا2 تربيع لعبارات ونسب التكرارات لعبارات المقياس بعد القلق الجسمي

صولة طارق

النسب التكرارات %	قيمة كا2 0.05	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	رقم الفقرة في المقياس	رقم الفقرة
42,129	2,243	0.868	1.73	364	2	1
55,092	2,225	0.944	2.26	476	5	2
51,851	2,55	0.819	2.13	448	8	3
34,02	2,55	0.621	1.4	294	11	4
69,675	2,25	0.879	2.86	602	14	5
45,370	2,569	0.819	1.86	392	17	6
23,407	1,264	0.479	1.33	280	20	7
44,212	2,054	1.041	1.86	382	23	8
46,990	2,733	0.944	1.93	406	26	9
47,11	20,03	-	29.33	3664	24	المجموع

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم 3 يتضح لنا أن قيمة كا2 الحسابية لمجموع الدرجات حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد قلق الجسمي كا2= 20,03 ، وعند درجة الحرية (4-1) = 3 نجد كا2 الجدولية عند درجة الثقة 95% عند مستوى الدلالة 0,05 ، كا2=0,335 .

عند مقارنة كا2 الحسابية نجدها أكبر من كا2 الجدولية وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات مقياس حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد القلق المعرفي وهذا يفسره الباحث انه توجد فروق فردية في البعد القلق المعرفي الناتج عن الحوار السلبي قبل المواجهة المنافسة بسبب تأثير ضغط المنافسة الرياضية لدى الناشئين كرة الطائرة وهذا ما يتطلبه الأمر بتدريب المهارات النفسية والحركية اللازمة لمتطلبات المهارية لكرة الطائرة والتعود باستخدام طرق الاسترخاء ومزاولة أنشطة ترويحوية لتجنب التوتر الجسدي وهذا لمواجهة الضغوط المنافسة بأحسن استعداد دون توتر.

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة – دراسة ميدانية بولاية باتنة -

جدول 4 : يمثل يمثل قيمة الارتباط بيرون بين المقياس تقدير الذات المهارية وقلق المنافسة الرياضية للبعد القلق الجسمي

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
تقدير الذات	128.75	5.7	
القلق الجسمي	29.33	1	-0.4

يتضح لنا من خلال الجدول رقم 4 المتمثل في نتائج قيمة الارتباط بيرسون بين التقدير الذات التي تساوي (-0.4) وهي قيمة سابة مقتربة للصفر وهذا حسب متوسط الدرجات المقياس قلق الحالة المنافسة الرياضية للبعد القلق الجسمي أنه يوجد تأثير سلبي بين مستوى تقدير الذات المهارية وظهور حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد القلق الجسمي قبل المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين في كرة الطائرة وهذا ما يفسه الباحث حسب مستوى تقدير الذات المهارية إن هناك تأثير سلبي بدرجة متوسطة بظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين مما يبين لنا أن معظم اللاعبين يتأثر أدائهم حسب تقييم الذاتي في مستوى المهاري والذي من خلاله يثير توتر كبير في ظهور البعد القلق المنافسة الرياضية مصاحب تأثيرات فيسيولوجية بدنية قبل خوض المنافسة.

■ ويوضح الباحث في ضل النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول رقم 3 و4 باستنتاج تحقق الفرضية الجزئية الثانية بوجود فروق في متوسط الدرجات المقياس القلق المنافسة على غرار البعد القلق الجسمي.

3-7 اختبار الفرضية الجزئية الثالثة:

جدول رقم 5: يمثل قيمة كا2 تربيع لعبارات ونسب التكرارات البعد الثقة بالنفس.

رقم الفقرة	رقم الفقرة	مجموع	المتوسط	الانحراف	كا2	نسب
------------	------------	-------	---------	----------	-----	-----

صولة طارق

التكرارات %	مستوى الدلالة 0,05	المعياري	الحسابي	الاستجابات	في المقياس	
64,81	1,38	0.802	2.66	560	3	1
63,19	1,38	0.723	2.6	546	6	2
79,39	1,38	0.868	3.26	686	9	3
59,95	1,38	0.730	2.46	518	12	4
71,29	1,38	0.944	2.93	616	15	5
72,91	1,38	0.819	3	630	18	6
55,09	1,38	0.830	2.26	476	21	7
72,91	1,38	0.830	3	630	24	8
72,91	1,38	0.742	3	630	27	9
59,95	12,50	-	-	4662	9	المجموع

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم 5 يتضح لنا أن قيمة كا2 الحسابية لمجموع الدرجات حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد الثقة بالنفس، كا2 = 12,50 ، وعند درجة الحرية (4-1) = 3 نجد كا2 الجدولية عند درجة الثقة 95% عند مستوى الدلالة 0,05 ، كا2 = 0,335 .

عند مقارنة كا2 الحسابية نجدها أكبر من كا2 الجدولية وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات مقياس حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد الثقة بالنفس وهذا ما يفسره الباحث انه توجد فروق فردية في البعد الثقة بالنفس الناتج استتارة الثقة بالنفس في ضل متطلبات المنافسة الرياضية وفق الدوافع باتجاه التنافس للظفر بالفوز لدى الناشئين كرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية وهذا يعتبر ايجابي كما أشار اليه مارتنز ومحمد حسن علاوي أنه يعتبر البعد الذي يحدث توازن مقابل القلق الحالة قبل المنافسة الرياضية، وفي ضل هاته النتائج المتحصل عليها يلقي الضوء الباحث ب دور المشاركة والتعود على المنافسات والقيام بتنظيم عدة منافسات ودية ليبرز اللاعب الناشئ مدى اندفاعه واستتارة الثقة بالنفس وهذا لمواجهة الضغوط المنافسة بأحسن استعداد.

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة – دراسة ميدانية بولاية باتنة -

جدول 6: يمثل قيمة الارتباط بيرون بين المقياس تقدير الذات المهارية وقلق المنافسة الرياضية للبعد الثقة بالنفس

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
تقدير الذات	128.75	5.7	
الثقة بالنفس	33.58	3.17	0.7

يتضح لنا من خلال الجدول رقم 6 نتائج قيمة الارتباط بيرسون ايجابية بين التقدير الذات وقلق الحالة المنافسة الرياضية للبعد الثقة بالنفس أنه يوجد تأثير قوي بين مستوى تقدير الذات المهارية وظهور حالة القلق المنافسة الرياضية للبعد الثقة بالنفس قبل المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين في كرة الطائرة وهذا ما يفسره الباحث حسب مستوى تقدير الذات المهارية ان هناك تأثير كبير جدا جدا بينهما وهذا البعد يتمثل في خلق الاتزان النفسي لدى اللاعبين الناشئين لمواجهة الضغوطات النفسية وحسب ما تثيره قائمة الحاجيات النفسية التي حددها ماسلو كاستثارة الدوافع من تحقيق هدف الفوز في المقابلة الرياضية ، مما يبين لنا أن معظم اللاعبين لديهم ادراك كبير اتجاه تقييم المهارات اللازمة للفوز المنافسة في مستوى المهاري والذي من خلاله يخلق توتر كبير في ظهور البعد القلق المنافسة الرياضية قبل خوض المنافسة.

في ضوء ما سبق يبين الباحث يشير بانديورا وآخرون 1988 أن فعالية الذات تدرك من خلال ميكانيزمات العمليات المعرفية ، من خلال القدرة على التحكم في أحداث الحيات الصحية ، فعندما يدرك الفرد أنه صعبة وتفوق قدراته حسب تقييمه لنفسه فالمتوقع أنه يضطرب بسببها ولا يستطيع التحكم في هذه الأهداف مثل المواقف التنافسية (معمرية، 2012، صفحة 202)

- ومن خلال هذه النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 6 و5 باستنتاج تحقق الفرضية الجزئية الثالثة بوجود فروق في متوسط الدرجات المقياس القلق المنافسة على غرار البعد الثقة بالنفس.

8 الاستنتاجات:

- تحقق الفرضية الجزئية الأولى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المقياس الحالة للبعد القلق المعرفي وهذا حسب تأثير مستوى درجات المقياس تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة لدى اللاعبين الناشئين قبل المنافسة الرياضية.
- تحقق الفرضية الجزئية الأولى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المقياس الحالة للبعد القلق الجسمي وهذا حسب تأثير مستوى درجات المقياس تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة لدى اللاعبين الناشئين قبل المنافسة الرياضية.
- تحقق الفرضية الجزئية الأولى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المقياس الحالة للبعد الثقة بالنفس وهذا حسب تأثير مستوى درجات المقياس تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة لدى اللاعبين الناشئين قبل المنافسة الرياضية.
- تحقق الفرضية العامة بتحقيق جل الفرضيات الجزئية

9. خاتمة:

من خلال ما قمنا به من انجاز هذا البحث انطلاقا من مقدمة البحث وطرح الإشكالية وصياغة الفروض مقترح قيد توصل النتائج لتأكد من تحقيقها وفي ضوء النتائج التي تحصلنا عليها يؤكد الباحث بضرورة الأهمية المتمثلة في بناء الشخصية الرياضي لدى الناشئين بالمزيد على تسليط الضوء أكثر للكشف عن جوانب الشخصية في جوهرها تقدير الذات وهذا لصعوبة وتداخل نظريات في تفسير مفاهيم ونظريات الذات الشخصية وفي الأخير نتمنى أن نكون قد وفقنا في هذا البحث للتوسع والإسهام في تطوير الرياضة الجزائرية خاصة من النواحي النفسي التي تتماشى جنباً لجنب مع الجوانب البدنية والمهارية، وفي هذا الصدد يقدم الباحث بعض التوصيات في إطار نتائج البحث.

1-9 الاقتراحات والتوصيات:

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة - دراسة ميدانية بولاية باتنة -

في ضوء ما توصلنا إليه من النتائج نحاول في هذا الصدد أن نقدم بعض الاقتراحات وتوصيات نقدمها كحلول افتراضية حول ما هو واقع في الميدان وخاصة لدى فئة أواسط كرة الطائرة حيث تعد من المراحل الأساسية في صقل كل المهارات والتقنيات الأساسية لكرة الطائرة حتى نصنع جيل واعي بأساليب تقنيات الحديثة التي تتماشى مع متطلبات كرة الطائرة، ضرورة الاهتمام بالاتجاهات النفسية ومنها أدراك وتقدير الذات لتأثيره الكبير في تحديد حالة اللاعبين النفسية بما يعزز ثقتهم بقدراتهم البدنية والمهارية.

- ❖ إمكانية تفعيل العمل المشترك بين المدرب واللاعبين في الإعداد لمتطلبات المستوى البدني والمهاري والخططي بما يخدم لعبة الكرة الطائرة حسب متطلباتها الحديثة.
- ❖ إمكانية مشاركة المختص النفسي الرياضي إن وجد أو التطوع والاهتمام بالمدرسين بالتحضير بالجانب النفسي ضمن كادر التدريب لأثره الملموس في تحقيق الانجازات الرياضية في المنافسات.
- ❖ زيادة عدد الدورات التدريبية لتأهيل المدربين ليتسنى لهم زيادة معلوماتهم النظرية والعملية في سبيل النهوض باللعبة.
- ❖ اعتماد المدربين على الصيغ العلمية والابتعاد عن الارتجال في عملية بناء وتطوير فرقهم.
- ❖ إجراء دراسات مماثلة للتعرف على علاقة الذات المهارية بقلق المنافسة الرياضية.

10. قائمة المراجع:

- احمد أمين فوزي. (2003). مبادئ علم النفس الرياضي "المفاهيم-التطبيقات". القاهرة - مصر: دار الفكر العربي.
- المغربي سعد. (1993). الانسان وقضايا النفسية والاجتماعية. القاهرة - مصر: الهيئة المصرية للكتاب.
- بدر الدين طارق محمد. (2014). الرعاية النفسية للناشئ الرياضي. الاسكندرية - مصر: مؤسسة عالم الرياضة ودار وفاء لندنيا للطباعة.

- بشير معمريه. (2012). علم النفس الذات - مفهوم الذات - تقدير الذات -فاعلية الذات-توكيد الذات. الجزائر : دار الخلدونية للنشر والتوزيع.
- عبد العزيز عبد المجيد محمد. (2005). سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي . القاهرة -مصر : مركز الكتاب للنشر .
- علاوي محمد حسن. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين . القاهرة - مصر: مركز الكتاب للنشر .
- غنيم سيد محمد. سيكولوجية الشخصية -محدداتها.
- غنيم سيد محمد. (1975). سيكولوجية الشخصية -مدداتها -قياسها -نظرياتها. القاهرة -مصر: دار النهضة العربية.
- غنيم عثمان محمد عليان مصطفى. (2000). مناهج وأساليب البحث العلمي. عمان -الأردن: دار صفا للنشر والتوزيع.
- غنيم عثمان محمد عليان مصطفى. (2000). مناهج وأساليب البحث العلمي . عمان -الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- قحطان أحمد الظاهر. (2004). مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق. الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
- محمد جمال يحياوي. (2003). دراسات في علوم النفس . وهران-الجزائر: دار المغرب للنشر و التوزيع.
- محمد حسن علاوي. (1997). مدخل علم النفس الرياضي . القاهرة - مصر: مركز الكتاب للنشر .
- محمد سيد غنيم. (1975). سيكولوجية الشخصية محددها ،قياسها ،نظرياتها. القاهرة مصر: دار النهضة العربية.
- مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم. (2000). مناهج وأساليب البحث العلمي. عمان - الأردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع.
- مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم. (2000). مناهج وأساليب البحث العلمي. عمان - الأردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين
الناشئين 12-15 سنة في كرة الطائرة – دراسة ميدانية بولاية باتنة -

- هالة مصطفى ابراهيم. (2008). *فسيولوجية قلق المنافسة الرياضية*. الاسكندرية- مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- وآخرون طلعت منصور. (1989). *أسس علم النفس العام*. القاهرة -مصر: مكتبة الأنجلو مصرية.